اعوذ بالله من الشیطن الرجیم

بسم الله الرحمن الرحیم

جادوی شیاطین (قسمت ۲۱۸)

رشد معنوی (۲۱)

نماز و سبک زندگی (۱۶)

فنگ شوئی (۵)

ساده سازی(۲)

خوشبختی و رستگاری واقعی در این است که نفس خود را پاک کنیم و از آلودگی دورش نگه داریم (قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَ قَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا **). مردم خیلی به سِت بودن لباس و وسائلشان اهمیت میدهند. در حالی که سِت بودن**

با نظم رحمانی از هر چیزی مهمتر است. وقتی در تابستان همیشه کولر روشن است، یعنی با تابستان سِت نیستیم؛ یعنی با فصلهای رحمانی سِت نیستیم.

پس نظمی که خدا معرفی می فرمایند، همان سبک و استایل زندگی است که طی دستورات قرآن، بیان شده است. خدای رحمان از چیدمان اشیاء صحبت نکرده است. زیرا چیدمانی که خدا منظورش است، بالاتر از طرز چینش چند میز و صندلی است. چیدمان و سبک زندگی قرآنی برای زندگی؛ پندار نیک + کردار نیک+ گفتار نیک+ توحید + تعادل + فروتنی + عدالت + قناعت است. کسانی که نماز نمی خوانند، سراغ فنگ شوئی و مدیتیشن و یوگا و سایر معنویتهای غلط می روند. بدون نماز، برای هر انسانی این نیازها پیدا میشود. یکی بود که نماز نمی خواند، بعد از مدتی گفت که خانه شان جن پیدا کرده و او هم رفت و یکی را آورد که جنها را بیرون کند. فردی که آمد، چند دعا و وِرد خواند و به خیال خود جنها را بیرون کردند. فرد میگفت که حالا خیلی حس خوبی داریم و خیالمان راحت است. این نمونه خوبی از فنگ شوئی است. زیرا افراد کاری را انجام میدهند که هیچیش مشخص نیست و همه چیزش مبهم است. آنها قطعا در آینده به مشکلات بزرگتری بر می خورند. مگر ممکن است که آدمی، رفتار و گفتار و پندارش را تغییر ندهد، نماز نخواند و با خدا ارتباط نداشته باشد و قدمی در معنویت برندارد، ولی مشکلاتش حل

شود! این است که بشر در حل مشکلات معنوی به کاهدان زده است و سوراخ دعا را گم کرده است.

آدمیان برای اینکه بگریند و بخندند، میتوانند از گاز اشک آور و یا گاز خنده آور هم استفاده کنند. اما خدا می فرماید که گریه واقعی فقط در حین سجده به خدای رحمان پیش میاید.

زندگی بین زوجها، به اهرم بازی تبدیل شده است. مهریه یک رسم مهرپرستی است که به عنوان یک نوع اهرم فشار در بین ازواج اجرا میشود. زوجین بجای جاری کردن مودت و رحمت در بین خود، از مهریه و اهرمهای دیگر برای زندگی استفاده میکنند. مثلا میگویند که اگر این کار را نکنی، مهریه را به اجرا می گذارم. اینها زندگی ها را از حالت سادگی خارج میکند و ارتباطات را پیچیده و قانونی میکنند و اصلا لذت بخش نیست. مودت و رحمت ساده است ولی عشق پیچیده است. ای کاش هر سال یک هفته یا یک ماه در زندگی انسانها بود که در آن روزها، قوانین پیچیده فراموش میشد و زندگی ساده میشد؛ تا مردم بفهمند که همه چیز در حالت ساده ترش قشنگ است.

هنوز بشر به این نتیجه نرسیده است که دل خوشی های ساده، معادلات پیچیده زندگی را حل میکند. این سادگی است که مشکلات پیچیده را حل

میکند و پیچیدگی حتی مشکلات ساده را هم حل نمی کند و بلکه آنها را پیچیده تر میکند.

اعتراف به گناه نزد خدای عالمیان، اولین قدم برای طهارت است. ایوب به گناهش اعتراف کرد و بعد خودش را در مسیر درمان رحمانی قرار داد. زیرا اولین قدم برای درمان، ساده سازی کردن شرایط است.

وَاذْكُرْ عَبْدَنَا أَيُّوب إِذْ نَادَي رَبَّه أَنِّي مَسَّنِي الشَّيْطَان بِنُصْب وَ عَذَاب (ص: ۴۱)

و به خاطر بیاور بنده ما ایّوب را، هنگامی که پروردگارش را خواند (و گفت: پروردگارا!) شیطان مرا به رنج و عذاب افکنده است. (۴۱)

خدای رحمان می فرمایند که لباسها را تمیز نگه دارید. در اینجا منظور فقط شستن با پودر لباس شویی نیست، بلکه نوشته های روی لباس، طرح روی لباس و خیلی مسائل دیگر هم در طهارت موثر هستند.

وَ ثِيَابَك فَطَهِّرْ (مدثر: ۴) و لباست را پاك كن

هر آنچه که به آدمی وصل میشود، باید از هر گونه رجز، رجس و مظاهر شرک پاک باشد. لباس آدمی باید ساده باشد، تا که نشانگر شخصیت واقعی او باشد. سادگی در لباس، یعنی لباس هیچ گونه ایدئولوژیی نداشته باشد. لباسهای شعار دار اصلا جالب نیست و بلکه ساده نیست و صاحبش اذیت میشود. روی ماشین، جملاتی نوشته میشود که آن جملات هم باید طهارت داشته باشند و با شخصیت صاحب لباس و یا ماشین هماهنگ باشند.

زن و مرد مثل لباسند برای هم (هُن لِبَاس لَکُم وَ أَنْتُم لِبَاس لَهُن). **اگر یکی از آنها لباس خیلی متفاوتی از دیگری بپوشد، شخصیت دیگری را زیر سوال می برد. همسران باید در ساده سازی همدیگر را کمک کنند، نه اینکه همدیگر را وارد پیچیدگیها کنند. آنان دیگر محبتهای ساده را نمی پذیرند و حتما باید همراه با پول باشد. روابط را پیچیده کرده اند. از زمانی که سادگی ها رفت، ازدواجها کم شد. جوانها ازدواج نمی کنند، زیرا تحمل این همه پیچیدگی را ندارند.**

در زندگی هیچ لذتی بزرگتر از غلبه بر پیچیدگی ها وجود ندارد. خدای رحمان کارهای ساده را توصیه میکند. بخشش بهتر از قصاص است، زیرا ساده تر است و آدمی سبکتر میشود. وقتی یک چیز پیچیده ای را ساده می کنید، سبکتر و خالی می شوید. تخلیه روانی در اصل به معنای چرخش از پیچیدگی

به سمت سادگی است. برخلاف مدیتیشن و فنگ شوئی، که با پیچیدن کارها، میخواهند خود را تخلیه کنند.

بزرگترین شادی های زندگی ما، بخاطر سادگی بوجود آمده اند. برای تنفر و حسادت و کینه باید پیچیده باشی، ولی بخشش و رحم کردن ساده است. وقتی ساده باشید، مشکلات پیش آمده هم ساده حل خواهند شد. وقتی ساده باشید و فریب بخورید، از آنجا که در پیچیدگی نیستید، یک تجربه همیشگی و ماندگار بدست آورده اید. اما فریب خوردن در پیچیدگی، زیاد مشخص نیست و پیچیده هم حل خواهد شد و حتی ممکن است متوجه نباشید که فریب خورده اید.

انسانها سادگی را دوست ندارند و به همین خاطر نقابهایی تحت عناوین مختلف میزنند. آنان درک نکرده اند که خنده و گریه و شادی از سادگی میاید. وقتی ساده باشی، خیلی کم هزینه می خندی و خیلی کم هزینه تر خوشحال می شوی. برای خنداندن یک فرد پیچیده، باید کارشناس جوک و استندآپ کمدی بیاورید.

دعاهای قرآن را که بخوانید، متوجه خواهید شد که سادگی در آنها موج میزند. افراد ساده، نقش بازی نمی کنند و به همین خاطر خودِ خودشان هستند و هرگونه خوشحالی و شادی را فورا می گیرند. اما افرادی که پیچیده اند،

نقشهای پیچیده و یا نقش دیگری را بازی میکنند و آنها را نمی شود به سادگی خوشحال کرد و حتی نمی توان آنان را به سادگی گریاند. کسانی که وارد پیچیدگی ها می شوند، اکثرا در نقش خودشان نیستند و از افراد دیگری تقلید میکنند. بعد از مدتی برای گریه و خنده هم باید پول داد.

تغییرات تدریجی و منفی جامعه خودمان را دیدیم. زمانی مردم با ساده ترین جملات و حرکات خوشحال میشدند. بعد از مدتی، استندآپ کمدی و کنسرتهای مختلف برگزار کردند تا مردم را بخندانند. اینها نشان از آن دارد که مردم پیچیده شده اند و سادگی خود را از دست داده اند. وقتی آدمیان پیچیده شوند، دیگر مشکلاتشان هم ساده حل نمیشود و بلکه اکثرا به دادگاه و وکیل نیاز پیدا میکنند و همه چیز پیچیده تر میشود.

اگر آدمی ساده است، باید از درون و برون ساده باشد؛ نه اینکه ظاهرا ساده ولی در نهان پیچیده باشد؛ که اینها نوعی نفاق است. این تعریف نفاق به سبک سادگی و پیچیدگی است.

آنچه در گذشته با یک جمله ساده یا یک حرکت ساده، خوشحالمان می کرد، امروز نیازمند برنامه های مخصوص است. خوشحال شدن هم پولی شده است. انسان برای خوشحال شدن هم نیازمند برنامه ها و کنسرتها شده است. به این

طریق کنترل خنده و گریه خود را هم از دست داده اند. خوشحال شدن به یک کالای گران قیمت تبدیل شده است.

خود قرآن هم ساده شده است. این ثابت میکند که کلام ساده تاثیر بیشتری دارد و کلام پیچیده کارا نیست. قرآن ساده شده است و قطعا به سوی سادگی هم دعوت میکند.

وَ لَقَدْ یَسَّرْنَا الْقُرْآن لِلذِّکْرِ فَهَل مِنْ مُدَّکِرٍ (قمر: ۱۷)

ما قرآن را برای تذکّر آسان ساختیم آیا کسی هست که متذکّر شود؟!

بوی ربات شدن میاید. وقتی خوشحال شدن نیازمند کنسرت، استندآپ کمدی یا تبلیغات باشد، نشان از این دارد که انسان به سمت کنترل خنده از بیرون حرکت کرده است. خنده و گریه یک امر طبیعی هستند ولی اکنون به یک امر مصنوعی تبدیل شده اند. باید داستان بگویی تا که دیگران احساساتشان تحریک شود و بخندند و یا گریه کنند. تنها با بازگشت به سادگی و اخلاص، می‌توانیم دوباره طبیعی بخندیم و گریه کنیم. پیامبر ابراهیم خیلی خوب

درک کرده بود که خنده و گریه واقعی فقط در بندگی خدای رحمان پیش میاید.

وَ أَنَّه هُوَ أَضْحَكَ وَ أَبْكَي (نجم: ۴۳) و اینکه اوست که خنداند و گریاند

وقتی در جامعه ای برای خندیدن، به کنسرت و کانال جوک نیاز شد، نشانه آن است که از سادگی خود فاصله گرفته‌ایم و پیچیده شده ایم. از روی جمله پیامبر ابراهیم که باید آن را با آب طلا نوشت؛ میتوان فهمید که چنین جامعه ای پیچیده شده است و همه کارها خراب شده است و لذتهای ساده از بین رفته است.

مشکلات و مصیبتها، برای این است که انسانها در حین مشکلات و مصیبتها، انتخابهای کمتری داشته باشند و ساده تر و سبک بال تر شوند تا که بلکه راه درست را انتخاب کنند.

وَ لَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيءٍ مِن الْخَوْف وَالْجُوع وَ نَقْص مِن الْأَمْوَال وَالْأَنْفُسِ وَالَّثمَرَات وَ بَشِّرِ الصَّابِرِين (بقره: ۱۵۵)

قطعاً همه شما را با چیزی از ترس، گرسنگی، و کاهش در مالها و جانها و میوه‌ها، آزمایش می‌کنیم و بشارت ده به استقامت‌کنندگان!

وَ لَقَدْ أَخَذْنَا آل فِرْعَوْن بِالسِّنِين وَ نَقْص مِن الثَّمَرَات لَعَلَّهُم يَذَّكَّرُون (اعراف: ۱۳۰)

و ما نزدیکان فرعون (و قوم او) را به خشکسالی و کمبود میوه‌ها گرفتار کردیم، شاید متذکر گردند!

خود جمله مهم لا اله الا الله یک قاعده ساده سازی شده است. فقط به یک خدا دل ببند. شیطان اقرار میکند که فقط بر بندگان مخلص خدا (ساده شده) دسترسی ندارد.

قَالَ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِی لأزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِی الأرْضِ وَلأغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ ﴿۳۹﴾ إِلا عِبَادَکَ مِنْهُمُ الْمُخْلَصِينَ ﴿۴۰﴾ قَالَ هَذَا صِرَاطٌ عَلَیَّ مُسْتَقِيمٌ ﴿۴۱﴾ إِنَّ عِبَادِی لَيْسَ لَکَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ إِلا مَنِ اتَّبَعَکَ مِنَ الْغَاوِينَ ﴿۴۲﴾

گفت: «پروردگارا! چون مرا گمراه ساختی، من (نعمتهای مادی را) در زمین در نظر آنها زینت می‌دهم، و همگی را گمراه خواهم ساخت، مگر بندگان مخلصت را.

فرمود: (این راه مستقیمی است که بر عهده من است)

که بر بندگانم تسلط نخواهی یافت; مگر گمراهانی که از تو پیروی می کنند.

شیطان بر بندگان مخلص دسترسی ندارد. بندگان مخلص همان بندگان ساده هستند. در آیات از کلمه سلطان برای این منظور استفاده می کند(لَيْسَ لَکَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ**). سلطان از ریشه سلطه گری میاید. کسی که بنده ساده و مخلص خدا باشد، دیگر هیچ راهی برای تسلط یافتن بر او نیست؛ دیگر هیچ انس و جنی نمی تواند بر او مسلط شود. سادگی و اخلاص بطور اتوماتیک آدمی را در صراط مستقیم نگه میدارد و احتمال لغزش را به صفر می رساند.**

پرخوری هم نوعی پیچیدگی است. یکی از روشهای درمان، ساده سازی غذاهاست. خیلی از بیماریها بخاطر غذاهای پیچیده و اشباع شده بوجود میاید که با ساده سازی تغذیه، درمان میشوند. انسان اگر از پیچیدگیها نجات یابد، نجات می یابد. خیلی از بیماریهای جسمی و روانی با ساده سازی تغذیه و ورودی های روانی، درمان می شوند.

فقط دعاهایی که ساده هستند، نزد خدا قابل پذیرش هستند. موسی خطاب به خدای رحمان گفت: پروردگارا! هر خیر و نیکی بر من فرستی، به آن نیازمندم! **این جمله بسیار ساده بود. بعد از چند روز، خدا به موسی، کار و مسکن و همسر داد. اگر موسی دعایش را پیچیده میکرد، برآورده نمی شد. موسی نگفت که**

پروردگارا همسری با این خصوصیات و زیبایی، یک کار پردرآمد و یک خانه دو خوابه برایم فراهم کن.

فَسَقَي لَهُمَا ثُم تَوَلَّي إِلَي الظِّل فَقَال رَب إِنِّي لِمَا أَنْزَلْت إِلَيَّ مِن خَيْرٍ فَقِيرٌ (قصص: ۲۴)

موسی برای (گوسفندان) آن دو آب کشید سپس رو به سایه آورد و عرض کرد: «پروردگارا! هر خیر و نیکی بر من فرستی، به آن نیازمندم!

فقط دعاهای ساده (مخلصانه) قابل قبول واقع میشوند، نه به این خاطر که خدا نتواند دعاهای پیچیده را محقق کند؛ بلکه به این خاطر که دعاهای ساده موافق نظام رحمانی هستند. خدای رحمان طبق نظام رحمانی دعاها را جواب میدهد. انسان فطرتا ساده آفریده شده است و فقط با رویه ای مخلصانه و ساده میتواند از نظر روحی روانی اقناع شود. نظام رحمانی، آدمیان مخلص و ساده را دوست دارد، زیرا طبق آن عمل میکنند.

إِن الَّذِين آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحَات سَيَجْعَل لَهُم الرَّحْمَن وُدّاً (مریم: ۹۶)

مسلّماً کسانی که ایمان آورده (پندار نیک) و کارهای شایسته (کردار نیک) انجام داده‌اند، خدای رحمان محبّتی برای آنان در دلها قرار می‌دهد!

طبق آیه فوق، پندار نیک و کردار نیک؛ دو شرط لازم برای دوستی با نظام رحمانی است. کسی که این دو شرط را نداشته باشد، قادر به درک مودت در نظام رحمانی نخواهد شد. لذت واقعی زندگی را فقط میتوان در این راه چشید و لاغیر.

خدای رحمان طبق نظامی که بر پایه رحمت، سادگی و صداقت استوار است، دعاها را پذیرفته و محقق میکند. این نظام، نه به دلیل محدودیت قدرت خدا، بلکه به دلیل همخوانی ذاتی دعاهای ساده با فطرت انسانی است. زیرا در حقیقت، درخواستهای پیچیده، درخواست واقعی نیستند و نیاز واقعی نیستند. فرض کنید یکی از خدا می خواهد که یک ماشین گران قیمت یا خانه ای گران به او بدهد. این دعا، درخواست و نیاز واقعی دعا کننده نیست، زیرا از فطرت سالم بیرون نیامده است.

دعاهای پیچیده و مصنوعی، گاهی اوقات نشانه تعلق به دنیایی دیگر، خیالاتی بودن، و نشانه تاثیر پذیرفتن از دیگران است. فرض کنید یک گروگانگیر، تعدادی را گروگان می گیرد. گروگانگیر از طریق گروگانها، باج میخواهد و

حتی ممکن است که بعضی خواسته ها را از زبان گروگانها بیان کند. به این طریق چیزی که از زبان گروگان گفته میشود، خواسته قلبی و واقعی او نیست. چیزی که نه از قلب، بلکه از فشار اجتماعی و چشم و هم چشمی بیرون می آید و خواسته واقعی و فطری دعاکننده در آن نیست؛ اگر دعا از تاثیرات خارجی و انتظارات غلط اجتماعی سرچشمه بگیرد، دیگر نماینده قلب و فطرت نیست، بلکه نمونه‌ای از فریب اجتماعی است. فرض کنید کودکی از والدینش، یک اسباب بازی برقی میخواهد که خطر برق گرفتگی در آن است. والدین باید از این خواسته کودک، چشم پوشی کنند. فردی که خواسته غیرمنطقی از خدا دارد، در نظام رحمانی به خواسته اش نمی رسد؛ زیرا او از نظر معنوی هنوز کودک و رشد نیافته است. این نوع دعاها در سایه فطرت نیستند و حالت تصنعی دارند. فرقی ندارد که این دعا به زبان فصیح گفته شده باشد یا با لکنت، باز تصنعی است و طبق فطرت نیست. اکثر انسانها در این نوع خواسته ها به کودک درون بر میگردند که عملا غیرواقعی و خطرناک است.

فَأَقِم وَجْهَك لِلدِّين حَنِيفَاً فِطْرَت الله الَّتِي فَطَرَ النَّاس عَلَيْهَا لاَ تَبْدِيل لِخَلْق الله ذَلِك الدِّين الْقَيِّم وَ لَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاس لاَ يَعْلَمُون (روم: ٣٠)

پس روی خود را متوجّه آیین خالص پروردگار کن! این فطرتی است که خداوند، انسانها را بر آن آفریده دگرگونی در آفرینش الهی نیست این است آیین استوار ولی اکثر مردم نمی‌دانند!

إِنِّي وَجَّهْت وَجْهِي لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَات وَالْأَرْض حَنِيفاً وَ مَا أَنَا مِن الْمُشْرِكِين (انعام: ۷۹)

من روی خود را به سوی کسی کردم که آسمانها و زمین را آفریده من در ایمان خود خالصم و از مشرکان نیستم!

صبر و نماز هم روال ساده ای هستند. نماز از حرکات بیس و ساده قیام، رکوع و سجود تشکیل شده است و مثل مدیتیشن نیست که از پیچیدگی درست شده باشد. وقتی صبر می کنید، یعنی منتظر یک روال ساده هستی و در این مدت تن به پیچیدگی نمی دهید. اما وقتی نماز و صبر بکار نگیرید، وارد پیچیدگی می شوید.

به این طریق انسانها باید به روال سادگی برگردند:

پندار ساده، کردار ساده، گفتار ساده
پندار خالصانه، کردار خالصانه ، گفتار خالصانه
دوری از پندار پیچیده، کردار پیچیده ، گفتار پیچیده

مردم معانی و مفاهیم را از بین برده اند. مثلا مفهوم سلام را از بین برده اند. وقتی به کسی میگوئی خسته نباشید، این به معنای سلام هم هست. باید گزینه ها را کم کنید و گرنه نمی توانید راه صحیح را انتخاب کنید. روش کم کردن گزینه ها در جهان مادی، فقط با تقوا و اجتناب بدست میاید.

وَالَّذِين يَجْتَنِبُون كَبَائِرَ الْإِثْم وَالْفَوَاحِش وَ إِذَا مَا غَضِبُوا هُم يَغْفِرُون (شوري: ٣٧)

همان کسانی که از گناهان بزرگ و اعمال زشت اجتناب می‌ورزند، و هنگامی که خشمگین شوند عفو می کنند.

الَّذِين يَجْتَنِبُون كَبَائِرَ الْإِثْم وَالْفَوَاحِش إِلاَّ اللَّمَم إِن رَبَّك وَاسِع الْمَغْفِرَة هُوَ أَعْلَم بِكُم إِذْ أَنْشَأَكُمْ مِن الْأَرْض وَ إِذْ أَنْتُم أَجِنَّة فِي بُطُون أُمَّهَاتِكُم فَلاَ تُزَكُّوا أَنْفُسَكُم هُوَ أَعْلَم بِمَن اتَّقَي (نجم: ٣٢)

همانها که از گناهان بزرگ و اعمال زشت دوری می‌کنند، جز گناهان صغیره (که گاه آلوده آن می‌شوند) آمرزش پروردگار تو گسترده است او نسبت به شما از همه آگاهتر است از آن هنگام که شما را از زمین آفرید و در آن موقع که بصورت جنینهایی در شکم مادرانتان بودید پس خودستایی نکنید، او پرهیزگاران را بهتر می‌شناسد!

يَا أَيُّهَا الَّذِين آمَنُوا اتَّقُوا الله حَق تُقَاتِهِ وَ لاَ تَمُوتُن إِلاَّ وَ أَنْتُمْ مُسْلِمُون (آل‌عمران: ۱۰۲)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! آن گونه که حق تقوا و پرهیزکاری است، از خدا بپرهیزید! و از دنیا نروید، مگر اینکه مسلمان باشید! (باید گوهر ایمان را تا پایان عمر، حفظ کنید!)

يَا أَيُّهَا الَّذِين آمَنُوا اتَّقُوا الله وَ كُونُوا مَع الصَّادِقِين (توبه: ۱۱۹)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از (مخالفت فرمان) خدا بپرهیزید، و با صادقان باشید!

در این جهان مادی، تصمیم‌گیری های ما تحت تاثیر اجتماع و احساسات قرار می گیرد. اینها گزینه های زیادی را در اختیار دارند. کسی که نتواند تعداد این گزینه ها را برای خود کاهش دهد؛ قادر به تصمیم گیری نیست و حیران می ماند. تقوا و اجتناب از گزینه های منفی، تصمیم گیری در مورد انتخاب گزینه های بعدی را ساده تر میکند. به این طریق ساده سازی میشود و علاوه بر آن، فرد کنترل بهتری بر اوضاع دارد. تقوا داشته باشید، تا تعداد گزینه ها برایتان کم شود و راحت انتخاب کنید و از نظر معنوی رشد کنید و به مراحل بعدی بروید. رشد معنوی در انتخاب آگاهانه بدست میاید.